

## Běžecké tréninky pro amatérské sportovce

Tréninky se budou konat každé **úterý 17:30 – 18:30**.

Tréninky budou zaměřeny na rozvinutí **rychlosti, dynamiky a speciální vytrvalosti**. Trénink není zaměřen na učení techniky běhu, ani na nabírání objemu naběhaných kilometrů nebo minut.

Tréninky se budou konat za Olivovou léčebnou v lese u workoutového hřiště.

**Trénink bude trvat 60 minut a cena je 250 Kč/hodinu** (při předplacení 10 hodin je 11. hodina zdarma).

Aby se trénink konal, musí se sejít minimálně 2 lidé a počet je omezen 10 lidmi.

Při předplacení je možno vystavit fakturu pro pojišťovnu nebo zaměstnavatele pokud vám přispívá na sport.

